

Kære medlemmer af Furesø Senior Motion.

Oven på en forhåbentlig rar og behagelig sommer, godt krydret med corona skal vi i gang igen, så her kommer aktivitetslisten for 2.halvår 2020.

**Sommerudflugten** den sidste onsdag i august – i år den 26/8 vil ikke finde sted. På det tidspunkt, hvor en udflugt skulle være planlagt var hele Danmark lukket ned og restriktionerne gjorde det yderst tvivlsomt, om der kunne laves en udflugt. Så derfor: Ingen sommerudflugt i år.

**Første gymnastikdag** er den 2. september. Instruktør-Jens er på ferie, så derfor arrangerer vi i stedet en lille vandretur ud omkring Bregnerød på ca. 1½ time. Start fra pladsen ved Bybækhallen til sædvanlig tid, kl. 09:30. Det eneste nødvendige er et par fornuftige sko og eventuelt en lille flaske vand – eventuelt regntøj, i tilfælde af regnvejr.

**Første ordinær gymnastikdag** er onsdag den 9. september i Bybækhallen kl. 09:30, hvor der bliver et par synlige ændringer: Omklædningsrum, baderum og køkken kan ikke benyttes, mest på grund af at kommunen ikke kan opretholde den nødvendige rengøringsstandard. Så omklædning og bad må finde sted derhjemme. Medbring din egen gymnastikmåtte, eller som minimum et stort håndklæde, der kan lægges over foreningens måtte. Tredje halvleg er selvfølgelig også aflyst. Husk håndsprit.

**Onsdag den 7. oktober**, kl. 11:30 afholder vi den udskudte generalforsamling for året 2019. Det foregår i teatersalen i Farum Kulturhus. Bagefter afholder vi et lille arrangement til markering af **foreningens 20-års jubilæum**.

**Onsdag den 14.oktober** er i uge 42, hvor kommunens idrætsfaciliteter er lukkede på grund af skolernes efterårsferie. Derfor ingen gymnastik den dag.

**Ultimo oktober/primo november** afholder vi foredragsdag, formentlig i Kulturhus Stien. Vi arbejder på at engagere Furesø Museer til at holde et indlæg om museernes gøren og laden samt eventuel fortælle om en lokal historisk begivenhed. Mere følger.

**Onsdag den 16. december** er der den traditionelle juleafslutning med alt det sædvanlige tilbehør. Det foregår i Teatersalen i Farum Kulturhus, kl. 11:30 og koster et deltagergebyr på 50.-

**Første gymnastikdag** efter årsskiftet er onsdag den 6. januar 2021

**Hjemmeside.** Vores medlem Ole Gammelgård har lavet ny hjemmeside til foreningen. Adressen er [www.furesøseniormotion.dk](http://www.furesøseniormotion.dk). Der står måske ikke så meget i

øjeblikket, men der vil ændre sig med tiden. Forhåbentlig er der også nogle af jer medlemmer, der har lyst til at komme med input.

Tak til Ole for et stort og flot stykke arbejde.

**Medlemstal.** Vi er på nuværende tidspunkt ca. 85 medlemmer, men vi vil så gerne være lidt flere. På grund af nedlukningen har vi i år ikke set de nyindmeldelser, som vi plejer at se i starten af året. Så derfor er opfordring til alle om en indsats for at udbrede kendskabet til os.

**Fitnessrum.** Farum-Holte Volleyklub har etableret et lille fitnessrum med (vistnok) 5 styrketræningsmaskiner i et rum i Bybækhallen. Senior Motion har købt sig ind i arrangementet, således at vi fra en gang i efteråret kan tilbyde medlemmerne adgang dertil. De nærmere omstændigheder forhandles pt. med volleyklubben.

På bestyrelsens vegne og med venlig hilsen  
Klaus Lund Nielsen, Kasserer